

運動器疾患に 使える漢方



宮西圭太 (みやにし整形外科リウマチ科院長)

本コンテンツはハイブリッド版です。PDFだけでなくスマホ等でも読みやすいHTML版も併せてご利用いただけます。

▶ HTML版のご利用に当たっては、PDFデータダウンロード後に弊社よりメールにてお知らせするシリアルナンバーが必要です。

▶ シリアルナンバー付きのメールはご購入から3営業日以内にお送り致します。

▶ 弊社サイトでの無料会員登録後、シリアルナンバーを入力することでHTML版をご利用いただけます。登録手続きの詳細は <https://www.jmedj.co.jp/page/resistration01/> をご参照ください。

▶ 登録手続

Introduction	p2
1 はじめに—運動器疾患における漢方の有効性	p4
2 上半身の痛み	p5
3 下半身の痛み	p7
4 体幹の痛み(高齢者)	p11
5 体幹の痛み(青壮年)	p15
6 体幹の痛み(小児)—小児の腰痛	p18
7 痛みに影響するストレス背景がある場合の漢方薬	p19
8 おわりに—できる限り早期に症状を改善するために	p23

▶ 販売サイトはこちら

日本医事新報社では、Webオリジナルコンテンツを制作・販売しています。

▶ Webコンテンツ一覧

Introduction

1 上半身の痛み

(1) 頸椎症や寝違えによる頸部～肩の筋性疼痛

- ・高齢者では麻黄を含まない桂枝加葛根湯，青壮年層では麻黄附子細辛湯や葛根湯を主体に用いる。

(2) 手首の腱鞘炎

- ・薏苡仁湯と疎経活血湯を併用する。

2 下半身の痛み

(1) 腰部脊柱管狭窄症

- ・大防風湯を基本方剤とし，桂枝茯苓丸や八味地黄丸を併用する。

(2) 高齢者の他覚的冷感を認めない足の冷え

- ・虚熱（腎虚の一種）ととらえて，六味丸を使用する。

(3) 熱感・発赤を伴う軟部組織腫脹

- ・痛風や偽痛風，蜂窩織炎，打撲後の軟部組織の熱感や発赤を伴う腫脹には越婢加朮湯を基本方剤とする。
- ・抗腫脹効果を有する治打撲一方や，局所の赤みが強い場合は黄連解毒湯を併用する。

(4) 下肢の筋肉損傷（肉離れ）

- ・筋緊張緩和と血行改善を目的として，疎経活血湯もしくは治打撲一方を選択する。

3 体幹の痛み（高齢者）

(1) 元気な高齢者の下肢症状を伴わない腰痛

- ・中肉中背以上の体格で比較的元気な高齢者の腰痛に，疎経活血湯を基本とし治打撲一方を併用する。

(2) 冷え性で円背を伴う高齢者の腰痛

- ・ 冷え性で円背や歩行障害がある女性の腰痛には、桂枝加朮附湯を用いる。
- ・ 認知機能障害や筋力低下が進行すれば人參養榮湯を考慮する。

(3) 脊椎圧迫骨折

- ・ 「外傷がらみの腰痛」と考えて、治打撲一方を第一選択薬として考慮する。

4 体幹の痛み（青壮年）

(1) 冷え性の青壮年女性の慢性腰背部，肩痛

- ・ 周囲に献身的に尽くしている女性には、柴胡桂枝乾姜湯を用いる。

(2) 真面目そうな青壮年男性の慢性腰背部，肩痛

- ・ 真面目な話しぶりや姿勢，軟便傾向などに着目して，四逆散を使用する。

5 体幹の痛み（小児）——小児の腰痛

- ・ 筋筋膜などの軟部組織由来の痛みであれば，治打撲一方を考慮する。

6 痛みに影響するストレス背景がある場合の漢方薬

(1) 更年期女性

- ・ イライラしやすい，攻撃的な話し方，派手な着衣・化粧などを参考に，加味逍遙散を選択する。

(2) ストレスを周りに発散できずため込んでしまうタイプ

- ・ ストレスが発散できず鬱々とした怒りが内にこもった状態で痛みが遷延していれば，抑肝散を候補に考える。

1 はじめに—運動器疾患における漢方の有効性

運動器疾患には、変形性脊椎症や変形性関節症などのように加齢に伴い骨や関節に変性・変形を生じて痛みを生じるものや、打撲や捻挫、骨折などのようにスポーツや事故で生じるものが含まれる。これらに対して、整形外科外来では標準的な西洋医学的治療が行われるが、漢方薬を単独または併用することでより効率的に症状を改善できる可能性がある。

西洋医学では、1つの疾患に対して標準化された治療（内服、注射、リハビリテーションなど）が行われる。一方、漢方では、見た目の雰囲気や身体所見、体質の相違により、同じ疾患でも異なる漢方薬が用いられることがある。たとえば同じ腰痛でも、がちりして元気・活発な高齢者と小柄で円背が強い虚弱な高齢者では、使う方剤が異なる。そうした西洋医学とは異なる診療手法が、既存の治療に抵抗性の痛みにも効果を発揮することがある。一方で、体格や表情、話し方などの綿密な観察が必要となり、診察時間は長くなりやすい。

局所の微小循環を改善させて筋緊張の緩和や血流改善を導く漢方薬は「く お け つ ざ い 駆瘀血剤」と呼ばれ、各種の運動器疾患に共通して多く使われる。代表方剤にそ けい かつ けつ とう 疎経活血湯、ち だ ぼく い っ ぽ う 治打撲一方、けい し ぶ くり ょう がん 桂枝茯苓丸がある。疎経活血湯と桂枝茯苓丸は「筋緊張緩和、血流改善」、治打撲一方は「筋緊張緩和、打撲がらみ、抗腫脹効果、小児運動器疾患」をキーワードとして覚えるとわかりやすい。

本稿では漢方の概念的な記述は最小限とし、疾患や患者の特性に沿った漢方薬の選択と、駆瘀血剤の併用療法のコツについて解説する。

2 上半身の痛み

(1) 頸椎症や寝違えによる頸部～肩の筋性疼痛

高齢者によくみられる頸椎の加齢性変形や青壮年者の寝違えなどに伴う頸部～肩の筋性疼痛に対して、麻黄附子細辛湯、葛根湯、桂枝加葛根湯の3つの漢方薬を使いわけるとよい。

麻黄附子細辛湯は、3剤の中で唯一、体を温める附子^{ぶし}が加わった漢方薬で、頸部痛が寒冷刺激で増悪する場合は使いやすい。麻黄附子細辛湯や葛根湯は、一部のメーカーでは錠剤もしくはカプセルの剤形があり、粉が苦手な人にも処方しやすい。桂枝加葛根湯は葛根湯から麻黄^{まおう}を除いたもので、高齢者などで麻黄による副作用（動悸、不眠、排尿障害、血圧上昇など）に配慮したい場合に選択する。

筆者は、高齢者（おおむね60歳以上）では麻黄附子細辛湯（1日1～2包）または桂枝加葛根湯（1日2包）を処方し、それ以外の青壮年層では麻黄附子細辛湯（1日2～3包）または葛根湯（1日2～3包）を使用している。「葛根湯を飲んだことがあり、副作用（不快感）はなかった」ということであれば、高齢者でも葛根湯を選択することがある。また、頸部の筋緊張をさらにゆるめるために治打撲一方を併用することがある。治打撲一方は緩下作用を有する大黄^{だいおう}を含むため、「少し便がゆるめになるかもしれません」と一言患者に説明しておくといよい。軟便傾向があり治打撲一方を避けたいときは、疎経活血湯や桂枝茯苓丸などの他の駆瘀血剤を追加する。

症例

80歳代女性，161cm，48kg。4カ月前より，誘因なく左頸部痛がある。頸椎後屈や左側屈で痛みを誘発する。朝方冷え込むと痛みが悪化し，入浴で温めたあとは痛みが和らぐ。夜間痛はない。頸椎単純X線では，